

Sústredenie mladých lukostrelcov – 4. letný tábor 2019 - upresnenie

21/07/2019 – 27/07/2019 Sp.Vlachy , rekreačná oblasť „Zahurou“

Termín nástupu21/07/2019 do 13,30 hod.individuálne v sprievode rodiča.

Prosím, rodičia nezabudnite na potvrdenie ,že dieťa je zdravé a môže pobývať v kolektíve!!!!!! /forma potvrdenia – lekárske, alebo čestné prehlásenie rodiča o zdravotnom stave dieťaťa...Prosím, nepodceňujte to, aby z toho neboli nepríjemnosti.../[čestné prehlásenie vzor na stiahnutie TU](#):

Termín príchodu.....21/07/2019 po obede ,od 13.30 hod. imndividuálne v sprievode rodiča.

- Privítanie, obed.....13,30 – 14,00 hod.
- rozdelenie do izieb, inštruktáž,.....15.00 hod.
- Program – teoretická časť.....15,30
- Spoločná večera18.00 hod.
- Info o nasledujúcim dni ,večerný program,.....večierka 22.00 hod,

Strava /denný rozvrh/ počas sústredenia t.j. nedeľa až sobota nasledujúceho týždňa : /Denný rozvrh sa schvália v predchádzajúci deň večer na porade vedenia/

Budiček.....7.30 hod.

Raňajky8.00 hod.

9.00 – 12.30 technická vyuka v teréne po skupinách pod vedením inštruktorov podľa denného rozvrhu.

22/07/2019 strelecké testy – vstupné /strelba 30 výstrelov – preverenie výkonností/

27/07/2019 strelecké testy – výstupné /strelba 30 výstrelov – overenie predpokladaného vzostupu výkonností /.

Cieľom je dosiahnuť vyšiu technickú a mentálnu úroveň ako na začiatku sústredenia.

Obed.....13.00 hod. 13.30 – 17.30 kontrolne strelby , testy,.....

Večera.....18.00 hod. / 27/07/2019 v deň odchodu domov len obed/.

18.30 – 21.30 teoretické vzdelávanie, diskusia ku dennému programu,.....

Doplnkový program - vo štvrtok – exkurzia autobusom na Spišský hrad – dobeda ,

- v piatok - “ Večer s hosťom” pri ohni a opekačka

Večerná hygiena, večierka.....22.00 hod.

Pozn.: požiadavky na bezlepkovú stravu nahlásiť predom.V priebehu dňa k dispozícii volne minerálka so sirupom – pitný režim.

Celkom 28 detí . Dozor 4 dospelí. / 2 Inštruktori lukostrelby + 2 kadeti asistenti – zdravotný dozor a dokumentarista sústredenia - fotograf/ Terče FITA a 3D terče, biely papier,....

Doporučenia - výstroj:

Obuv – celá alebo polovičná ,do terénu na tréning. V čase mimo tréning sandále, tenisky,.....

Pre predpokladaný výskyt kliešťov a ostatného hmyzu – repelentný prípravok /spray, krém,...../

Vhodne dlhé letné nohavice alebo návlek na lýtko. Fľaša na vodu – prenosná, š i l t o v k a alebo klobúk ,malý rupsáčik, slnečné okuliare,malý nožik zatvárací, zápisník resp. poznamkový blok, pero, nejaké to Euro na prílepšenie si alebo sladkosť v bufete,....Kto hrá na hudobný nástroj – gitara , banjo,.....vítané. Karty, šachy, domino,spoločenské hry.....vítané. LUKOSTRELECKÁ VÝSTROJ ,ako na pretek , s potrebnými nahradnými dielmi v prípade poruchy.....ďalekohľad,...stojan na luk, kto nosí sedačku,.....

Len pre pokoj na duši rodičov a Nech nás Pán ochraňuje skrze Nepoškvrnenú Matku Božiu, a aby to nebolo na sústredení potrebné :

Zdravotná služba jestvujúca:

- stanica Rýchlej záchranej služby v Sp.Vlachoch – 10 min. dostupnosť

- NSP Krompachy

Deťom nazabudnite pribaliť preukaz zdravotného poistenia (alebo aspoň urobiť kópiu kartičky poistenca).

Ing.arch.Marián ANTAL ,0918319076 ,archerymi@gmail.com

Predseda metodicko – trénerskej komisie SLA3D

Peter Vilim – technická komisia